alvarellos
EDITORA

Novidade editorial. Presentación

Ourense, luns 2 de outubro de 2006

Alvarellos, Martín Álvarez e Xavier Carballo, no Centro Cultural da Deputación de Ourense

ALVARELLOS EDITORA PUBLICA O PRIMEIRO LIBRO COMPLETO DE RECEITAS CON ORTIGAS DE ESPAÑA

- *45 recetas con ortigas*, de Martín Álvarez, é un tratado –sen precedentes en España– da ortiga como ingrediente con cualidades excepcionais para a cociña doce ou salgada, exquisiva en revoltos, empanadas, cremas, potaxes ou xeados.

- A estruga é unha herba hoxe menosprezada pero que xa era empregada polos romanos. Posúe importantes propiedades medicinais, é estimulante do aparato dixestivo, combate a reúma, é antianémica, diurética e reconstituínte.

- O libro está editado a toda cor, inclúe máis de 50 fotografías e, á parte das 45 receitas, aporta a visión culinaria de dous xornalistas gastronómicos, Miguel Vila e Guillermo Campos, mais un apéndice coas propiedades das estrugas e un breve léxico culinario.

- Martín Álvarez: "*45 receitas con ortigas* é a demostración do potencial gastronómico da ortiga e a súa versatilidade como ingrediente culinario".

Rúa das Arribadas, 7, 1º C
15706 SANTIAGO
www.alvarellos.info
Tel: 609 90 88 52

alvarellos
EDITORA

Alvarellos Editora pon á venda o libro *45 recetas con ortigas. A proposta máis imaxinativa da 'Nova Cociña Galega'*, do cociñeiro ourensán Martín Álvarez. Trátase do primeiro receitario completo con ortigas que se publica en España e supón unha importante achega que abre novos horizontes para unha tradición gastronómica tan rica e variada como a galega.

45 recetas con ortigas preséntase hoxe ao publico en Ourense; o próximo luns día 9 farao para toda España na Casa de Galicia en Madrid. O libro é todo un tratado sobre a ortiga como ingrediente con cualidades excepcionais para a cociña doce ou salgada, exquisiva en revoltos, empanadas, cremas, potaxes, xeados…

A ortiga (ou estruga) é unha herba hoxe menosprezada pero que xa era empregada polos romanos. Posúe importantes propiedades medicinais, é estimulante do aparato dixestivo, combate a reúma, é antianémica, diurética e reconstituínte.

Esta obra preséntase nunha coidada edición, impresa a toda cor e con medio cento de fotografías con todas e cada unha das receitas tratadas. Divídese en "Entrantes", "Primeros platos", "Para continuar", "Postres" e "Sobremesa". Entre as receitas figuran platos como ""Montadito de ortigas y raxo", "Fideos vegetales con ortigas", "Gratinado de hortalizas y ortigas en canelón de filloa", "Hojas de ortigas bañadas en chocolate" o "Licor de ortigas". Así ata 45 elaboracións. Ademais, conta coa visión culinaria de dous recoñecidos xornalistas gastronómicos galegos, Miguel Vila Pernas e Guillermo Campos. Contén así mesmo tres apéndices: "Ortiga: una opción más para el campo", "Propiedades de las ortigas" e "Pequeño léxico culinario".

O Centro Cultural da Deputación de Ourense acolleu hoxe a presentación, en rolda de prensa. No acto participaron o autor Martín Álvarez, o catedrático de Tecnoloxía dos Alimentos da Universidade de Vigo, Xavier Carballo, e o editor Henrique Alvarellos.

Martín Álvarez González (Ourense, 1974), profesor de Cociña do IES de Vilamarín (Ourense) e presidente da Asociación Cultural As Ortigas, leva moitos anos experimentando os valores nutricionais e gastronómicos da *urtica dioica* (nome científico da ortiga): "O meu libro bríndanos a oportunidade de achegármonos ás receitas tradicionais galegas pero cun elemento diferenciador –sinala–, ademais de estar estas enriquecidas no seu valor nutricional. *45 receitas con ortigas* é a demostración do potencial gastronómico da ortiga e a súa versatilidade como ingrediente culinario".

Rúa das Arribadas, 7, 1º C
15706 SANTIAGO
www.alvarellos.info
Tel: 609 90 88 52

“POSÚEN TANTO FERRO COMO AS ESPINACAS”

O catedrático da Área de Tecnoloxía dos Alimentos da Universidade de Vigo, Francisco Xavier Carballo García, explicou que “o home non só come para consumir nutrientes senón tamén para experimentar un pracer. Neste sentido, a ampliación das fronteiras do pracer ao comer ten que chegar polo camiño da experimentación, e pasa polo descubrimento de materias primas esquecidas ou postergadas”.

Para o profesor Carballo García, “as estrugas teñen unha serie de peculiaridades que fan delas non só un alimento posible senón recomendable. Posúen por exemplo tanto ferro como as espinacas, e en proteínas son moi similares ou mesmo superiores ás doutras hortalizas”.

Finalmente o editor, Henrique Alvarellos, manifestou sentirse moi satisfeito por “contribuír a prestixiar e espallar a nova cociña galega, que ten moi claras as orixes nesa cociña tradicional, cunha materia prima louvada polos mellores restauradores do mundo, e por suposto con mestres dos fogóns como Martín Álvarez, que suman xuventude, paixón e un ansia sen límites por innovar”.

NOVA COLECCIÓN PARA O 30º ANIVERSARIO DE ALVARELLOS EDITORA

O libro inicia a colección “A lume lento” desta editorial; nela terán cabida volumes ou estudos culinarios que aporten novos vieiros para a nosa gastronomía. O acto de hoxe enmárcase dentro da conmemoración dos trinta anos de existencia de Alvarellos Editora, unha empresa cultural fundada en Lugo a comezos de 1977 e que hoxe é unha tres editoriais máis veteranas de Galicia, despois de Galaxia e Edicións do Castro.

[Máis información en **www.alvarellos.info**]

Rúa das Arribadas, 7, 1º C
15706 SANTIAGO
www.alvarellos.info
Tel: 609 90 88 52